**Основна школа „Светислав Голубовић Митраљета“**

**Батајница**

Далматинске загоре 94

тел/фах : 7870080 ; 7870278,

е - mail : mitraljetaskola@gmail.com

сајт школе : [www.osmitraljeta.edu.rs](http://www.osmitraljeta.edu.rs)

|  |
| --- |
| **ГОДИШЊИ ПЛАН РАДА НАСТАВНИКА**за школску 2021/22. годину |
| *Предмет:****ФИЗИЧКО И ЗДРАСТВЕНО ВАСПИТАЊЕ*** |
| *Разред и одељење:* *III/1, III/2, III/3, III/4* |
| *Наставник:**Дуња Трајковић, Моравка Миловановић Ивановић, Катарина Павловић, Жана Перић* |

Датум предаје плана : Предметни наставник:

Август, 2021. год.Актив учитеља 3. разреда

|  |
| --- |
| *Циљ и задаци предмета:***Циљ** учењафизичког и здравственог васпитања је да ученик унапређује физичке способности, моторичке вештине и знања из области физичке и здравствене културе, ради очувања здравља и примене правилног и редовног физичког вежбања у савременим условима живота и рада. Физичко васпитање разноврсним и систематским моторичким активностима, у повезаности са осталим васпитно-образовним подручјима, допринесе интегралном развоју личности ученика (когнитивном, афективном, моторичком), развоју моторичких способности, стицању, усавршавању и примени моторичких умења, навика и неопходних теоријских знања у свакодневним и специфичним условима живота и рада. **Задаци наставе физичког васпитања** су: 31 ▪ подстицање раста, развоја и утицање на правилно држање тела; ▪ стицање моторичких способности; ▪ развој и усавршавање моторичких способности; ▪ стицање теоријских знања неопходних за њихово усвајање ради разумевања значаја и суштине физичког васпитања дефинисаног циљем овог васпитно-образовног подручја; ▪ формирање морално-вољних квалитета личности; ▪ оспособљавање ученика да стечена умења, знања и навике користе у свакодневним условима живота и рада; ▪ стицање и развијање свести о потреби здравља, чувања здравља и заштити природе и човекове средине. |
| *Уџбеник за ученике:* | *Литература за реализацију програма:*Елементарне моторичке игре 3. - Др Мирољуб Ивановић |

Иновације и огледни часови: одржаће се по утврђеном плану актива учитеља.

Корелација са другим наставним предметима : Српски језик, музичка култура, математика.

Разред: трећи

Недељни фонд часова: 3

Годишњи фонд часова: 108

 **Литература:**

1. Небојша Цветковић: *Буди прав - бићеш здрав, Београд 2003.*
2. *Оријентациони распоред васпитно-образовног рада са дидактичко-методичким упутством за III разред основне школе*, Учитељски факултет, Центар за усавршавање руководилаца у образовању, Београд, 1995.
3. Јелена Јовановић, Дарко Марковић, Марко Пејовић:Буквар толеранције: *Сад знам да је различито исто вредно*, Београд, 2003.
4. Mилица Весковић: Имам право да се играм, приручник за учитеље, УСКОР, Београд, 2006.
5. Ведрана Курјан Манестар: Вежбајмо заједно, приручник за физичку куктуру, Креативни центар, Београд, 2005.
6. Роналд Динстман: Игре за моторичко учење, Дата Статус, Београд, 2017.

Запажања о прегледу годишњег рада наставника:

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

(датум) (потпис и функција)

Запажања о прегледу годишњег рада наставника:

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

(датум) (потпис и функција)

Запажања о прегледу планова (годишњег и оперативног) рада наставника:

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

(датум) (потпис и функција)

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **ОБЛАСТ/ТЕМА** | **МЕСЕЦ** | **ОБРАДА****(ОБУКА)** | **УТВР.** | **ОСТАЛИТИПОВИ** | **СВЕ-****ГА** |
| **IX** | **X** | **XI** | **XII** | **I** | **II** | **III** | **IV** | **V** | **VI** |  |  |  |  |
| **1.** | **ФИЗИЧКЕ СПОСОБНОСТИ** | 3 | 1 | 1 | 1 |  | 1 |  | 1 | 4 | 1 | **-** | **13** | **-** | **13** |
| **2.** | **МОТОРИЧКЕ ВЕШТИНЕ СПОРТ И СПОРТСКЕ ДИСЦИПЛИНЕ**  |  |
| 2.1. | Атлетика | 10 |  |  |  |  | 10 |  |  |  |  | **6** | **11** | **3** | **20** |
| 2.2.  | Спортска гимнастика |  | 12 | 4 |  | 4 |  | 1 |  |  |  | **7** | **10** | **3** | **20** |
| 2.3.  | Основе тимских, спортских и елементарних игара |  |  |  | 2 | 2 |  | 10 | 6 | 3 | 1 | **6** | **18** | **-** | **24** |
| 2.4. | Плес и ритимика |  |  | 6 | 5 |  |  |  |  |  |  | **4** | **7** | **-** | **11** |
| 2.5. | Пливање |  |  |  |  |  |  |  |  |  | 4 | **4** | **-** | **-** | **4** |
| 2.6. | Полигони | 1 |  |  |  | 1 | 1 |  |  |  |  | **-** | **3** | **-** | **3** |
| **3.** | **ФИЗИЧКА И ЗДРАВСТВЕНА КУЛТУРА** |  |
| 3.1. | Култура вежбања и играња |  |  | 2 | 1 |  |  | 2 | 1 |  |  | **6** | **-** | **-** | **6** |
| 3.2. | Здравствено васпитање |  |  |  | 2 |  |  |  |  | 5 |  | **7** | **-** | **-** | **7** |
| **Укупно:** | **14** | **13** | **13** | **11** | **7** | **11** | **13** | **8** | **12** | **6** | **40** | **62** | **6** | **108** |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **ОБЛАСТ-ТЕМЕ** | **МЕЂУПРЕДМЕТНЕ КОМПЕТЕНЦИЈЕ** | **СТАНДАРДИ** | **ИСХОДИ** |
| 1. **ФИЗИЧКЕ СПОСОБНОСТИ**
 | - одговоран однос према здрављу;- сарадња;- компетенција за учење;- решавање проблема;- комуникација;- одговорно учешће у демократском друштву;- естетичка компетенција;-одговоран однос према околини. |  | * правилно изводи вежбе, разноврсна природна и изведена кретања;
* комбинује усвојене моторичке вештине у игри и свакодневном животу;
* одржава равнотежу у различитим кретањима;
 |
| **2.**  **МОТОРИЧКЕ ВЕШТИНЕ СПОРТ И СПОРТСКЕ ДИСЦИПЛИНЕ** | - одговоран однос према здрављу;- сарадња;- компетенција за учење;- комуникација;- одговорно учешће у демократском друштву;- естетичка компетенција;-одговоран однос према околини. |  | * примени једноставнe, двоставне општеприпремне вежбе (вежбе обликовања);
* правилно изводи вежбе, разноврсна природна и изведена кретања;
* комбинује усвојене моторичке вештине у игри и свакодневном животу;
* одржава равнотежу у различитим кретањима;
* коригује сопствено држања тела на основу савета наставника;
* правилно држи тело;
* користи терминологију вежбања;
* одговорно се односи према објектима, справама и реквизитима;
* примени правила игре;
* навија и бодри учеснике у игри на начин којим никога не вређа;
* прихвати победу и пораз као саставни део игре и такмичења;
* правилно изводи и контролише покрете у различитим кретањима;
* се придржава правила вежбања;

- вреднује сопствена и туђа постигнућа у вежбању. |
| **3. ФИЗИЧКА И ЗДРАВСТВЕНА КУЛТУРА** | - одговоран однос према здрављу;- сарадња;- компетенција за учење;- решавање проблема;- комуникација;- одговорно учешће у демократском друштву;- рад са подацима и информацијама;- дигитална компетенција;- естетичка компетенција;- предузимљивост и оријентација ка предузетништву;-одговоран однос према околини. |  | * користи терминологију вежбања;
* поштује правила понашања на вежбалиштима;
* поштује мере безбедности током вежбања;
* одговорно се односи према објектима, справама и реквизитима;
* примени правила игре;
* навија и бодри учеснике у игри на начин којим никога не вређа;
* прихвати победу и пораз као саставни део игре и такмичења;
* уредно одлаже своје ствари пре и након вежбања и у другим ситуацијама;
* правилно изводи и прати промене у тежини и висини код себе и других;
* препозна здравствено стање када не треба да вежба;
* примењује хигијенске мере пре, у току и након вежбања и другим животним ситуацијама;
* уредно одржава простор у коме живи и борави;
* користи здраве намирнице у исхрани;
* повезује различита вежбања са њиховим утицајем на здравље.
 |

**Датум предаје: Актив 3.разреда август 2021.г.**